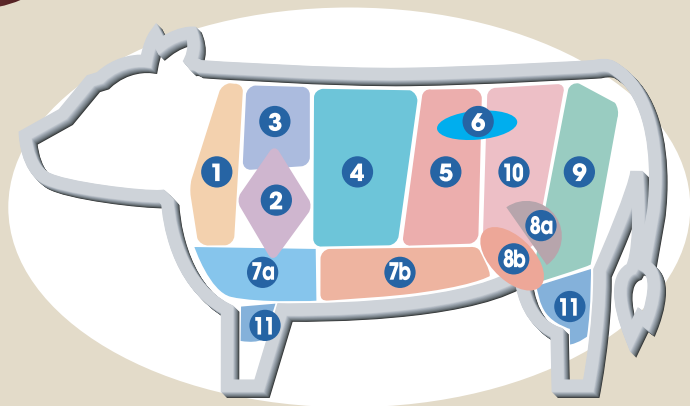




# 牛の部位



1

ネック

脂肪分が少なく赤身の多い硬めの肉質。ひき肉、こま切れとして利用されます。角切りなどで煮込み料理にも。

2

かた

やや硬く脂肪分の少ない赤身肉。エキス分やコラーゲンが多く、煮込み料理、スープ原料に適します。

3

かたロース

やや筋が多いが脂肪分が適度にある風味のよい部位。しゃぶしゃぶ、すき焼き、焼き肉など薄切りにする料理に適します。

4

リブロース

きめが細かく、肉そのものを味わうローストビーフ、ステーキに。霜降りのものは、すき焼きに最適です。

5

サーロイン

きめが細かくて柔らかく、肉質は最高。ステーキに最適で、ローストビーフやしゃぶしゃぶにも。

6

ヒレ

きめの細かい柔らかい部位。脂肪分が少ないので、ビーフカツなど揚げ物や、脂肪の気になる方に。

7a

かたばら

赤身と脂肪が層になり、きめ荒く硬め。こつてりと煮込んだり、こま切れは肉じゃがなどに。

7b

ともばら

赤身と脂肪が層になり、きめ荒いが霜降りになりやすい。濃厚な味わいで、シチューやカルビ焼きに。

8a

もも

(うちもも)

牛肉の部位中最も脂肪が少ない。ステーキやローストビーフなど厚切り料理や焼き肉、煮込み料理に。

8b

もも

(しんたま)

きめが細かく柔らかで、脂肪が少ない部位です。ローストビーフやシチュー、焼き肉、ビーフカツなどに。

9

そともも

きめがやや粗く、脂肪の少ない硬めの肉です。薄切り、こま切れにして妙めものに。

10

ランプ

味に深みがあり柔らかい赤身肉。ステーキやローストビーフをはじめあらゆるメニューに利用できる部位です。

11

すね

筋が多く硬いが、長時間煮ることでコラーゲンが溶出し、柔らかくなる。だしをとったり、煮込み料理に。圧力鍋で時間短縮も。